

# BODYLINE - Bike Tag



**Samstag, 16. Juni 2018**  
**„Entlebuch Wilder Westen“**

**Treffpunkt Bodyline Parkplatz, 8.30Uhr**

**Langnau i.E. – Escholzmatt – Schüpffheim – First Luzern – Hasle –  
Schüpffheim – Escholzmatt – Langnau**

Dieses Jahr befindet sich der Start gleich in Langnau i.E. (675m)

Entlang der Ilfis fahren wir auf Naturwegen Richtung Entlebuch (auch Wilder Westen genannt) nach Escholzmatt (858m).

Weiter geht es mit Sicht auf die Beichle Richtung Schüpffheim Chlusen (750m).

Nach einer kurzen Pause fahren wir hinauf, entlang grünen Matten und Entlebucher Bauernhöfe durch den Bleiki Wald bis zur Finnishütte (1383m).

Beim Ausblick in die Berge gönnen wir uns eine längere Mittagspause.

Gestärkt nehmen wir den letzten Aufstieg zur First in Angriff (1461m). Wer Lust hat kann sich einen Kaffee oder ein Glace gönnen und dabei die grossartige Aussicht weit über das Entlebuch hinaus geniessen.

Jetzt gibt es eine Abwechslungsreiche Abfahrt durch Weidland, Waldstrassen und kleinere Singeltrails Richtung Hasle (724m). Wer es technisch nicht so mag, kann auch auf der Strasse bleiben.

Retour nach Schüpffheim und Escholzmatt fahren wir der kleinen Emme und Wiss Emme entlang.

Nach Langnau fahren wir wie am Morgen der Ilfis entlang.

Wir fahren ca. 72km, Fahrzeit ca. 6 h, Höhenmeter 1481m. Eine gute Kondition ist Voraussetzung, fahrbar ist aber alles, da wir immer auf Strässchen ausweichen können!

**Ausrüstung:** Geländetaugliches Bike, Helm (obligatorisch), Handschuhe sind von Vorteil, Ersatzschlauch, mind. 2 gefüllte Bidons, genügend Riegel und Gels, Proviant für das Mittagessen und die diversen Pausen.

**Wetter:** Bei schlechtem Wetter wird der Bike Tag abgesagt. Bei zweifelhafter Witterung erhältst du am Freitag Auskunft über die Telefonnummer 034 402 19 33 (ab 16.00 Uhr)

**Nachtessen/Duschen:** Wir entscheiden uns spontan, wo wir allenfalls noch etwas essen gehen. Reserviere dir doch den Abend schon mal....Wenn du vor dem Essen die Duschen im Bodyline benutzen möchtest, ist dies natürlich möglich!

**Versicherung ist Sache der TeilnehmerInnen! Die Teilnahme an der Tour ist kostenlos!**

# Anmeldung für den Bodyline - Bike Tag

## Samstag, 16. Juni 2018

**Anmeldeschluss: 1. Juni 2018**

Name, Vorname	
Telefon	Privat:
	Gesch.:
	Mobile:
Ich bin auf der Bike - Tour dabei.  Treffpunkt: 8.30 Uhr Bodyline	<input type="checkbox"/> Zusätzlich bringe ich.....Personen mit.  Namen:.....  .....

**Aus organisatorischen Gründen ist die Anmeldung  
für den Bike Tag verbindlich!**

# BODYLINE

Güterstrasse 14 (Ilfisstadion), 3550 Langnau, 034 402 19 33, [www.bodyline.ch](http://www.bodyline.ch)